

Certyfikat gotowości do nauczania  
**Kursu życia opartego na uważności  
dla młodzieży (MBLC-YA)**

Niniejszym zaświadczamy, że:

**Dorota Wojtczak**

ukończyła w dniach od 27 do 30 lipca 2022 szkolenie Mindfulness Association przygotowujące do nauczania **Kursu życia opartego na uważności dla młodzieży** („Mindfulness Based Living Course for Young Adults MBLC-YA”), dla młodzieży w wieku 11-18 lat.

Szkolenie obejmowało następujące elementy:

- Interwencje oparte na uważności Kryteria oceny nauczania (MBI-TAC).
- Uzasadnienie i punkty nauczania dla praktyk MBLC-YA.
- Praktyczne wskazówki dotyczące tworzenia kursu MBLC-YA.
- Prowadzenie sesji MBLC-YA: omówienia sesji, praktyki prowadzone i dopytywanie.
- Otrzymywanie informacji zwrotnej od uczestników i osób prowadzących szkolenie.
- Ocena przez osoby prowadzące szkolenie na poziomie co najmniej Advanced Beginner w nauczaniu MBLC-YA zgodnie z Mindfulness Based Interventions – Teaching Assessment Criteria (MBI-TAC, Crane et al, 2012).



Anna Żubrzycki

Dyrektor i Prowadząca  
Mindfulness Association Polska